12.059 Špagety s mäsom a syrom
100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
špagety	5,00	5,00	6,50	6,50	7,50	7,50	9,00	9,00
maslo	0,20	0,20	0,20	0,20	0,30	0,30	0,30	0,30
olej	0,30	0,30	0,50	0,50	0,70	0,70	0,80	0,80
bravčové stehno	4,00	4,00	6,00	6,00	7,00	7,00	8,00	8,00
paprika červená mletá	0,05	0,05	0,05	0,05	0,08	0,08	0,10	0,10
soľ	0,20	0,20	0,25	0,25	0,30	0,30	0,40	0,40
syr tvrdý	0,90	0,90	1,10	1,10	1,30	1,30	1,50	1,50
kečup jemný	0,90	0,90	1,50	1,50	2,10	2,10	3,00	3,00
cibuľa	0,30	0,20	0,50	0,42	0,60	0,50	0,70	0,60
hmotnosť porcie v g	175		230		270		310	

Receptúra

Výrobný postup

Mäso umyjeme vcelku, pomelieme na hrubo. Cibuľu očistíme, pokrájame, speníme na oleji, pridáme pomleté mäso, červenú mletú papriku, soľ, podlejeme vodou a podusíme. Do uduseného mäsa pridáme kečup a varíme ešte 20 minút. Špagety uvaríme v slanej vode, prepláchneme vlažnou vodou, scedíme a pomastíme rozpusteným maslom. Premiešame s uduseným mäsom a šťavou. Každú porciu posypeme strúhaným syrom.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	1419	341	15,40	12,9	1,8	39,2	1,6	116,9	1,4	0,030	0,2	0,1	1,0	4,6
B	1929	463	21,20	18,3	3,1	51,5	2,1	148,5	2,0	0,035	0,3	0,2	1,8	6,5
C	2316	556	24,80	23,1	4,3	60,0	2,5	177,6	2,3	0,044	0,3	0,2	2,4	7,6
D	2722	653	29,07	26,2	4,9	72,7	2,9	210,5	2,7	0,049	0,4	0,2	3,3	8,8